Padre a Padre del Condado de Skagit

PADRE A PADRE

BOLETÍN PARA LAS FAMILIAS DE NIÑOS CON NECESIDADES ESPECIALES

Conexiones para familias

VOLUMEN 9, NÚMERO 2 VERANO 2012

Lista de DIVERSION para el Verano!

El verano es un buen tiempo para hacer memorias. Eh aquí unas pocas ideas para que su familia comience.

- ☐ Establecer un puesto de limonada
- ☐ Soplar burbujas de jabón
- ☐ Hacer Helado
- ☐ Instalar una carpa de campana
- ☐ Ir a un picnic
- ☐ Jugar rayuela
- ☐ Hacer plastilina de koool aid
- ☐ Pintar piedras
- ☐ Establecer una carrera de obstáculos
- ☐ Montar una bicicleta
- ☐ Correr bajo la lluvia de la manguera
- ☐ Jugar en la piscina
- ☐ Mirar un desfile
- ☐ Plantar un jardín de vegetales
- ☐ Ver juegos artificiales
- ☐ Dibujar con tiza
- ☐ Lanzar un disco volador
- ☐ Construir castillos de arena
- ☐ Ir al zoológico
- ☐ Ir a un programa de la biblioteca
- ☐ Disfrutar de un asado en casa
- ☐ Hacer pintura de tiza
- ☐ Ir a la playa
- ☐ Jugar en una hoja deslizadora en casa
- ☐ Hacer barquillos de gelatina
- ☐ Volar papalotes
- ☐ Mirar las nubes
- ☐ Hacer paletas
- ☐ Hacer impresiones de girasol a mano
- ☐ Ir a la feria del condado
- ☐ Comer sandia
- ☐ Ir al parque
- ☐ Caminar por la orilla del agua
- ☐ Pintar la cerca con agua
- ☐ Hacer pastelillos de lodo
- ☐ Hacer barcos con cartones de leche
- ☐ Colorear una búsqueda del tesoro
- ☐ Hacer una pizza
- ☐ Escribir una historia
- ☐ Hacer pinturas con los dedos
- ☐ Una búsqueda de tesoro con mapa
- ☐ Show de títeres
- ☐ Boliche en los afueras
- ☐ Mini golf
- ☐ Ir a un concierto gratuito
- ☐ Escarbar en la tierra
- ☐ Hacer una muralla
- ☐ Ser amigo de correspondencia
- ☐ Derretir crayolas
- ☐ Ir a un lago de patos
- ☐ Hornear pastelillos
- ☐ Experimento con Coke y Mentos
- ☐ Hacer un collar con cereal Cheerios
- ☐ Hacer un rio con papel aluminio y tapaderas de refrescos flotantes
- ☐ Lavar el carro
- ☐ Jugar baloncesto
- ☐ Cortar unas flores
- ☐ Regar el jardín
- ☐ Hacer un riego de lavado de autos
- ☐ Corretear mariposas
- ☐ Columpiarse en el columpio
- ☐ Hacer un tallado de la naturaleza
- ☐ Jugar con globos llenos de agua
- ☐ Jugar futbol
- ☐ Ir a una película al aire libre gratuita
- ☐ Hacer una pulsera de la amistad
- ☐ Visitar un casa de retiro
- ☐ Hacer un collage con revistas viejas
- ☐ Llevar galletas a una estación de bomberos
- ☐ Decorar una caja como casita
- ☐ Hacer galletas con malvaviscos
- ☐ Ir de pesca
- ☐ Hacer una obra teatral
- ☐ Tomar una clase
- ☐ Visitar una tienda de mascotas
- ☐ Hacer un álbum de memorias
- ☐ Ensenarle a su niño acomodar la mesa
- ☐ Montar un carrusel
- ☐ Mirar las estrellas
- ☐ LEER un buen Libro!

ESTA EDICIÓN INCLUYE:

Servicios de PaP 2

Recursos de recreación 2

Consejos de seguridad para el verano 3-4

Actividades para el Verano de 2012 5

¡APUNTA LA FECHA! 2012 Buddy Walk 6

ESQUINA DEL COORDINADOR

¡Ah, Verano! Tiempo para ir mas despacio y disfrutar a nuestras familias y con esperanza un poco de sol también.

Tome en cuenta todas la actividades divertidas en la pagina 5.

Nuestras horas de oficina serán reducidas durante los meses del verano, pero no dude en contactar a PaP si necesita apoyo.

Servicios de Padre a Padre

Servicios sin Costo:

- Apoyo
- Sitio Web
- Recursos
- Boletín Informativo
- Biblioteca sin costo
- Juntas de Apoyo
- Talleres Educativos
- Eventos Sociales/Recreativos
- Presentaciones en nuestra comunidad
- Entrenamiento de "Padre Ayudante"

Nuestra Misión

• Programas de Padre a Padre ofrecen apoyo e información emocional sobre incapacidades y recursos en la comunidad a padres quienes tienen un recién nacido o niño recién diagnosticado con una incapacidad o necesidad especial de salud.

• Utilizamos padres veteranos nombrados "Padres Ayudantes "entrenados para proveer apoyo de uno a uno a un Nuevo padre recién referido con un niño con necesidades similares.

Skagit County

PADRE a PADRE

Padre a Padre del Condado de Skagit

Gabby López, Enlace Hispano 360.416.7570 y oprima el 414

Se habla Español

Recursos de recreación

the YMCA **Y-Star**

Antes Conocido como Programa "Rec 'n Roll"

Viajes Actividades y Recreación de Apoyo para personas de 16 anos o con incapacidades.
www.skagitymca.org o 360.419.9058 x304

Skagit County

Special Olympics

Visite
www.skagitspecialo.org

Dream Big READ!

Consulte su Biblioteca Local para eventos divertidos como Legos® en la Biblioteca
(mire la pagina 5 para mas detalles)

Children's Museum of Skagit County

Días Gratuitos a la Comunidad
2do martes de cada mes
10 AM a 5 PM
Cascade Mall en Burlington

outdoorsforall FOUNDATION

Visite www.outdoorsforall.org o llame 206.838.6030 para información sobre oportunidades todo el ano.

Jon Dalgarn's "Out of the Ashes" Programas de Entretenimiento para Personas con Incapacidades

Martes 4 a 6 PM
1107 Railroad, Bellingham

Miércoles 2 a 4 PM
616 E Fairhaven, Burlington

Viernes 1 a 3 PM
338 N McLeod, Arlington

Para mas detalles visite www.outoftheashes.us o llame a Jon al 360.770.9715

Padre a Padre del Condado de Skagit
Eventos Verano de 2012

Nota: Eventos sujetos a cambio

Para las familias de niños con necesidades especiales

360.416.7570 x 414
www.skagitp2p.org

Legos® en la Biblioteca

Biblioteca Publica Anacortes—1220 10th ST
Miércoles •4:30 PM•

Biblioteca Publica de La Conner—614 Morris ST
Miércoles, 13 de Junio, 2012 •3 a 5:30 PM•
Martes, 17 de Julio, 2012 •10 a 11 AM•
Martes, 21 de Agosto, 2012 •3 a 5:30 PM•

Biblioteca Publica de Mt. Vernon—315 Snoqualmie ST
Miércoles, 13 de Junio, 2012 •1 a 7 PM•
Miércoles, 8 de Agosto, 2012 •1 a 7 PM•

Sábado, 16 de Junio, 2012 •1 a 4:30 PM•
Sábado, 21 de Julio, 2012 •1 a 4:30 PM•
Sábado, 18 de Agosto, 2012 •1 a 4:30 PM•

Biblioteca Publica de Sedro Woolley—802 Ball AVE

Martes, 19 de Junio, 2012 •2:30 a 6:30 PM•
Martes, 17 de Julio, 2012 •2:30 a 6:30 PM•
Martes, 21 de gosto, 2012 •2:30 a 6:30 PM•

Biblioteca Superior de Skagit—45770 B Main ST, Concrete
Viernes, 29 de Junio, 2012 •3 a 5:30 PM•
Viernes, 31 de Agosto, 2012 •3 a 5:30 PM•

Se proveerán Legos y bloques Duplo.
Se requiere la supervisión de un adulto.

Grupo de Apoyo Para Padres Con Niños Autistas

Sábado, 14 de Julio, 2012 •10 AM a 12 PM•
Ubicación: Centro Skagit de Recursos Familiares
320 Pacific PL, Mt. Vernon

Facilitado por Cynthia Hubert; Traducción al Español Gabby López
Bebidas proveídos. ¡Adultos solamente por favor!

CUIDADO DE NIÑOS: *Espacios limitados (edades 2-10). Solo con reservación estricta previa para el 11 Julio al 360.416.7570 x414.*

Seminario de Autismo 101—Gratuito

Martes, 4 de Septiembre, 2012 •7 a 8:30PM•
Seminario para padres/Cuidadores de menores recientemente diagnosticados con Autismo.

Seminario Serie de Autismo 200—Gratuito

Jueves, 21 de Junio, 2012 •7 a 8:30PM•
Autismo 206: "La transición del joven Pasos Palpables hacia la independencia"

Jueves, 19 de Julio, 2012 •7 a 8:30PM•
Autismo 207: "Problemas de Alimentación: Desde niños quisquillosos para comer hasta Desordenes en la alimentación

Jueves, 16 de Agosto, 2012 •7 a 8:30PM•
Autismo 208: "El Facilitar de Habilidades en la Comunicación"

Ubicaciones: Hospital Children's en Seattle
NW ESD 189 en Anacortes
Hospital Skagit Valley
Registración previa requerida para el Hospital de Skagit Valley al @ 360.814.2424

Programa de Lectura de VERANO en las Bibliotecas–Gratuito!

Para niños preescolares hasta el doceavo grado
Fecha para alistarse: 11 de Junio, 2012

• Actividades • Eventos • Premios

Consulte su biblioteca local para mas detalles

¡Días Gratuitosa la Comunidad!

Martes, 12 de Junio, 10 de Julio y 14 de Agosto, 2012
• 10 AM a 5 PM •

550 Cascade Mall Drive, Burlington

Para detalles visite:
www.skagitchildrensmuseum.net

Red de Padres de Campamento Familiar—Gratuito!

Viernes, 15 de Junio –Domingo, 17 de Junio, 2012
Parque Washington en Anacortes

Acampe o simplemente asista a la cea
Sábado, 16 de Junio a las 5:30 PM
Traiga su propia cena (Asador disponible)
Traiga postre para compartir Y disfrute de galletas con malvavisco a la lumbrada
Contacte a Greg.Schell@kindering.org o 425.653.4286 para mas info.

Festival Los Niños Son Los Mejores–Gratuito!

Sábado, 7 de Julio, 2012 •11:00 AM a 4:00 PM•
Parqe Storvik en Anacortes

Festival del Arte del Niño—Gratuito!

Sábad, 21de Julio, 2012 •10:00 AM a 4:00 PM•
Parque Hillcrest, Mt. Vernon

Entretenimiento en vivo, Brincolin gigante, artes y artesanías, concesiones para comprar, premios y recursos, etc.

Cine a la luz de las estrellas Serie de Películas—Gratuita! *Parques y Centro Recreativos de Mt. Vernon*

■Viernes, 29 de Junio, 2012
"Goonies" (PG) en el Parque Kiwanis

■Sábado, 14 de Julio, 2012
"Niños Espía 4" (PG) en el Parque Kiwanis

■Viernes, 27 de Julio, 2012
"Bolt"(G) en el Parque Bakerview

■Sábado, 18 de Agosto, 2012
"El Gran Milagro" (PG) en el Parque Edgewater

■Viernes, 24 de Agosto, 2012
"Lorax" (PG) en el Parque Hillcrest

- **Comienza: Al anochecer**
- **CONCECIONES: Disponibles**
- **Traiga su propia cobija, silla de jardín, reflector, etc.**

Para mas info. Llame a MVPR al 360.336.6215
o visite www.mountvernonwa.gov

Películas Sensoriales y Amigables

Cacade Mall Cinemas—Precio de $6 x boleto
200 Cascade Mall Drive, Burlington
Llamar 360.707.2727 para verificar horario

■Sábado, 16 de Junio, 2012 a las 10 AM
"Madagascar 3: Los Mas Buscados de Europa" **(PG)**

■Sábado, 30 de Junio, 2012 a las 10 AM
"Valiente" **(PG)**

■Sábado, 21 de Julio, 2012 a las 10 AM
"Época Glacial: Deriva Continental" **(PG)**

■Sábado, 11 de Agosto, 2012 a las 10 AM
"Diario de Un Niño Miedoso: Días de Perro" **(PG)**

Visite www.amctheatres.com/sff/
para detalles sobre
Películas Sensoriales Amistosas

Consejos de seguridad para el verano

Fuente: Boletín del Hospital de Niños en Seattle

Ya sea que sus niños estén en casa, de viaje con usted o en campamento de verano, use estos consejos para mantener a su familia sana y fuera de peligro.

Protección usando vehículos con ruedas

Cuando su niño tenga la edad adecuada, asefúrese de que:

- ☐ Use siempre el casco al andar en bicicleta, monopatín, patineta o en patines.
- ☐ Use rodilleras y coderas al andar en monopatín y, si anda en patines o patineta, que también use muñequeras.
- ☐ Use bicicletas apropiadas para su tamaño.

Paseos de familia en bicicleta

- ☐ Los niños menores de 1 año no deben ir de pasajeros en biciletas para adultos.
- ☐ Los niños de 1 a 4 años de edad (o que pesen menos de 40 libras) deben llevar puesto el cinturón de seguridad y el casco. Para ellos, lo mejor es usar el asiento infantil que va instalado en la bicicleta o en us asiento remolque.
- ☐ Ya que los niños siguen su ejemplo, ¡usted use casco siempre que ande en bicicleta!

Viajando de forma segura

- ☐ Siempre que viaje en auto o avión lleve a sus niños en asientos infantiles de tamaño adecuado, asientos elevados o el cinturón de seguridad dependiendo de la edad y peso.
- ☐ El asiento trasero es el más seguro para los niños. En el estado de Washington la ley indica que niños menores de 13 años deben ir sentados en el asiento trasero, siempre que sea posible.
- ☐ Los niños que van en asientos de seguridad mirando hacia atrás nunca deben ser colocados en un asiento delantero que tenga bolsa de aire.
- ☐ Consulte el manual de usuario del asiento de su niño para verificar si aprueban su uso en avión.
- ☐ Si renta un auto, reserve también el asiento de seguridad o elevado para niños, o lleve consigo el suyo propio.
- ☐ Mientras el auto esté en marcha cierre todas las puertas con seguro.
- ☐ Nunca, ni por un minuto, deje a los niños solos en el auto pues corren el riesgo de sufrir hipertermia, lo cual podría causar la muerte. También existe el riesgo de que pongan el auto en marcha o de que se lastimen jugando con los controles automáticos. El auto debe permanecer siempre bajo llave cuando no lo esté usando.

Disfrutando del sol

- ☐ Proteja a sus niños del sol, especialmente entre las 10 de la mañana y 4 de la tarde, cuando los rayos solares son más fuertes.
- ☐ Aplique al niño un protector solar con un factor de protección (SPF) de 15 a 30 cada vez que salga al aire libre. Escoja uno que también le proteja contra los rayos UVA (rayos ultraviolet de onda larga) y los UVB (rayos ultraviolet de onda mediana).
- ☐ Aplíquele el protector solar 30 minutes antes de salir al sol y reaplíquelo cada dos horas, al salir del agua y cuando sude.
- ☐ Evite exponer al sol a niños menores de 1 año. Vista a su bebé con ropa ligera, de tonos claros y cúbrale brazos, piernas y siempre la cabeza. A los menores de 6 meses se les puede aplicar una pequeña cantidad de protector solar en la cara y en lapalma de las manos, cuidando que no les entre a los ojos o a la boca.
- ☐ Use protectors solares aún en días nublados, ya que mayoría de los rayos solares que queman puedan traspasar las nubes.
- ☐ Elija lentes de sol para bebés y niños que protejan un 100% contra los rayos UV.
- ☐ Cuando haya humedad y la temperatura sobrepase 90° los niños no deben hacer ejercicio o jugar al aire libre por períodos de más de 30 minutes.

Seattle Children's
HOSPITAL • RESEARCH • FOUNDATION

Más boletíns de seguridad disponibles en www.seattlechildrens.org

Consejos de seguridad para el verano continuado

Seguridad alrededor del agua

≤ ☐ Nunca, ni por un momento, deje a los niños solos alrededor o cerca de cuerpos de agua. Vigílelos de cerca y durante eventos familiars, túrnense la vigilancia entre adultos.

≤ ☐ Los niños, adolescents y adultos deben usar el chaleco salvavidas cuando estén en botes o nadando en lagos, ríos o el mar. Los niños pequeños también deben usar el chaleco si están jugando cerca del agua, corrientes profundas y muelles.

≤ ☐ Lleve sus chalecos salvavidas cuando salgan de paseo o vacaciones. Asegúrese que les queden a la medida y los sientan cómodos.

≤ ☐ Familiarícese con los riesgos de nadar en lagos y ríos y haga que sus niños aprendan natación.

≤ ☐ Los juguetes y colchonetas inflabes no sirven para proteger a su niño. El chaleco salvavidas es el único dispositivo flotante de uso personal en el que se puede confiar.

≤ ☐ Los niños deben nadar solamente en áreas donde haya un salvavidas de guardia o un nadador con experiencia que los pueda vigilar.

≤ ☐ Las piscinas requieren una cerca en todo su perímetro con un mínimo de 4 pies de altura y teniendo un pestillo que caiga automáticamente para cerrarse.

≤ ☐ Cubra su jacuzzi cuando no esté en uso. No deje que el cabello largo pase de cerca al drenaje del fondo del jacuzzi, pues podría quedarse atrapado.

≤ ☐ Si anda en botes, aprenda todas las medidas de seguridad que debe tomar en cuenta. Llame al 1.800.336.BOAT para obtener más información.

≤ ☐ Los estanques, cubetas de cinco galones y piscinas para chapucear también presentan un peligro de ahogo para niños pequeños. Vacíe el agua de los cubos y piscinas para chapucear y asegúrese de supervisar a los niños que estén en o cerca del agua.

Juegos infantiles para jardín

≤ ☐ Vigile a los niños mientras juegan en los juegos para jardín.

≤ ☐ Al columpiarse, no deje que los niños se pongan al frente o detrás de los columpios.

≤ ☐ Asegúrese de que las resbaladillas metálicas no estén calientes para prevenir quemaduras.

≤ ☐ Inspeccione los juegos en caso de que algún tornillo esté expuesto, haya bordes afilados o áreas con algún material de goma o plástico.

≤ ☐ Instale los equipos de juegos para jardín sobre aserrín, arena u otras superficies blandas.

≤ ☐ Evite subirse en pareja a columpios y resbaladillas.

≤ ☐ Enseñe a los niños a esperar su turno, a no empujar y a no jugar bruscamente el los juegos para jardín.

Mantenimiento del césped

≤ ☐ Mantenga a los niños menores de 5 años en casa o alejados del jardín mientras usted está podando el césped.

≤ ☐ Guarde la podadora de césped fuera del alcance de los niños. Los niños menores de 4 años pueden cortarse o quemarse con las piezas de la podadora.

≤ ☐ Nunca deje que los niños se monten en la podadora ni en vehículos remolcados por la podadora.

≤ ☐ Evite el uso de venenos para insectos y malas hierbas en el césped o jardín. Si los usa, mantenga a los niños alejados del área por 48 horas como mínimo.

Mordidas y picaduras

≤ ☐ Enseñe sus niños cómo tratar a los perros ajenos. Enséñeles a nunca sorprenderlos, asustarlos o acercarse a un perro desconocido.

≤ ☐ Revise bajo los aleros y las terrazas en busca de nidos de abejas o avispas. Enséñeles a no tocar los nidos ni a molestarlos tirándoles objetos.

Aprender Más

www.cshcn.org, trata sobre seguridad y prevención de accidentes de niños con necesidades especiales de la salud

- www.seattlechildrens.org/dp para evitar los peligros en el agua
- www.seattlechildrens.org
- Línea de rescursos de Seattle Children's 206.987.2500 o 866.987.2500
- El proveedor de atención médica de su niño

Padre a Padre Del Condado de Skagit

c/o SPARC
320 Pacific Place
Mt. Vernon WA 98273

P: 360.416.7570 ext 414
E: hispanicp2p@sparckids.org
Web: www.skagitp2p.org

Para las familias de niños con necesidades especiales

Non-profit Org
US Postage PAID
Permit No. 9
Mt. Vernon WA

Or Current Resident

INCLUYE: Eventos Verano de 2012

¡APUNTA LA FECHA! Involucrate. Inspirate.

Padre a Padre del Condado de Skagit
presenta nuestro
Sexto Anual

Buddy Walk Del Condado de Skagit

Promoviendo el conocimiento y aceptación de personas Con Síndrome de Down y otras discapacidades

Sábado, 13 de Octubre, 2012
11 AM a 2 PM
•Caminata comienza el medio día•
Parque Bakerview
•Fir y calle 30th, Mt. Vernon WA•

■ Entretenimiento en Vivo■ Almuerzo de BBQ
■ Actividades Amistosas para la Familia ■ Recursos

Formas de Registracion Pronto Disponibles
www.skagitp2p.org

Se Buscan:
Patrocinadores, Premios para la rifa, donadores, y voluntarios para el evento.

Contacte a Skagit PaP para ayudar: 360.416.7570 x 414 o hispanicp2p@sparckids.org